

xīn jià yī lù

新架一路

Premier enchaînement de la nouvelle forme style Chen (Xin Jia Yi Lu)

	Sinogrammes	Pinyin	Français
Première section			
1	预备式	yù bèi shì	Préparation
2	金刚捣碓	jīn gāng dǎo duì	Le gardien des cieux pile le mortier
3	懒扎衣	lǎn zā yī	Attacher le vêtement avec indolence
4	六封四闭	liù fēng sì bì	Six verrouillages et quatre fermetures
5	单鞭	dān biān	Simple fouet
6	第二金刚捣碓	Dì èr jīn gāng dǎo duì	Le gardien des cieux pile le mortier
7	白鹤亮翅	bái hè liàng chì	La grue blanche déploie ses ailes
8	斜行拗步	xié xíng ào bù	Avancer en diagonale
9	初收	chū shōu	Première fermeture
10	前趟拗步	qián tàng ào bù	Avancer sur 3 pas à contre-hanche
11	第二斜行拗步	Dì èr xié xíng ào bù	2 ^{ème} Avancer en diagonale
12	再收	zài shōu	Recueillir (fermer à nouveau)
13	前趟拗步	qián tàng ào bù	Avancer sur 3 pas à contre-hanche
14	掩手肱拳	yǎn shǒu gōng quán	Couvrir la main et coup de poing en avant
15	第三金刚捣碓	Dì sān jīn gāng dǎo duì	Troisième gardien des cieux pile le mortier
Deuxième section			
16	撇身锤	piě shēn chuí	Draquer le corps avec les poings
17	青龙出水	qīng lóng chū shuǐ	Le dragon vert émerge de l'eau
18	双推手	shuāng tuī shǒu	Pousser des deux mains
19	三换掌	sān huàn zhǎng	Trois changements de paumes
20	肘底看锤	zhǒu dǐ kàn chuí	Poing sous le coude
21	倒卷肱	dào juǎn gōng	Enrouler les bras sur l'arrière
22	退步压肘	tuì bù yā zhǒu	Ecraser sur le coude en reculant
23	中盘	zhōng pán	Middle winding – déchirer en opposition ?
24	白鹤亮翅	bái hè liàng chì	La grue blanche déploie ses ailes
25	斜行拗步	xié xíng ào bù	Avancer en diagonale
26	闪通背	shǎn tōng bèi	Eclair derrière le dos
27	掩手肱拳	yǎn shǒu gōng quán	Coup de poing couvert par la main
28	大六封四闭	dà liù fēng sì bì	Six verrouillages et quatre fermetures
29	单鞭	dān biān	Simple fouet
30	云手	yún shǒu	Mouvoir les mains dans les nuages
31	高探马	gāo tàn mǎ	Caresser l'encolure du cheval

Troisième section			
32	右擦脚	yòu cā jiǎo	Frapper le pied droit
33	左擦脚	zuǒ cā jiǎo	Frapper le pied gauche
34	转身左蹬一跟	(Zhuǎnshēn zuǒ) dēng yī gēn	Faire pivoter le corps et donner un coup de pied horizontal
35	前趟蹬拗步	qián tàng ào bù	Avancer sur 3 pas à contre hanche
36	击地捶	jī dì chuí	Coup de poing vers le sol
37	二起脚	èr qǐ jiǎo	Double coup de pied
38	护心拳	Hù xīn quán	Protéger le cœur avec les poings
39	旋风脚	xuàn fēng jiǎo	Coup de pied tourbillonnant
40	右蹬一跟	yòu dēng yī gēn	Frapper avec le talon droit
41	掩手肱拳	yǎn shǒu gōng quán	Coup de poing couvert par la main
Quatrième section			
42	小擒打	xiǎo qín dǎ	Petite saisie et frappe
43	抱头推山	bào tóu tuī shān	Embrasser la tête et repousser la montagne
44	三换掌	sān huàn zhǎng	Trois changements de paumes
45	六封四闭	liù fēng sì bì	Six verrouillages et quatre fermetures
46	单鞭	dān biān	Simple fouet
47	前招	qián zhāo	Tour en avant
48	后招	hòu zhāo	Tour en arrière
49	野马分鬃	yě mǎ fēn zōng	Séparer la crinière du cheval
50	大六封四闭	dà liù fēng sì bì	Six verrouillages et quatre fermetures
51	单鞭	dān biān	Simple fouet
Cinquième section			
52	双震脚	shuāng zhèn jiǎo	Frapper la terre avec les pieds
53	玉女穿梭	yù nǚ chuān suō	La fille de jade lance la navette
54	懒扎衣	lǎn zā yī	Attacher le vêtement avec indolence
55	六封四闭	liù fēng sì bì	Six verrouillages et quatre fermetures
56	单鞭	dān biān	Simple fouet
57	云手	yún shǒu	Mouvoir les mains dans les nuages
58	双摆脚	shuāng bǎi jiǎo	Coup de pied lotus
59	跌岔	Diē chà	Tomber (le pied en fourche ?)
60	金鸡独立	jīn jī dú lì	Le coq d'or se tient sur une patte
61	倒卷肱	dào juǎn gōng	Enrouler les bras sur l'arrière
62	退步压肘	tuì bù yā zhǒu	Ecraser sur le coude en reculant
63	中盘	zhōng pán	Déchirer en opposition
64	白鹤亮翅	bái hè liàng chì	La grue blanche déploie ses ailes
65	斜行拗步	xié xíng ào bù	Avancer en diagonale
66	闪通背	shǎn tōng bèi	Eclair derrière le dos
67	掩手肱捶	yǎn shǒu gōng chuí	Coup de poing couvert par la main
68	大六封四闭	dà liù fēng sì bì	Six verrouillages et quatre fermetures
69	单鞭	dān biān	Simple fouet
70	云手	yún shǒu	Mouvoir les mains dans les nuages
71	高探马	gāo tàn mǎ	Caresser l'encolure du cheval

Sixième section			
72	十字单摆脚	shí zì bǎi jiǎo	Balayer le lotus ?
73	指裆捶	zhǐ dāng chuí	Frapper l'aîne avec le poing
74	白猿探果	bái yuán xiàn guǒ	
75	小六封四闭	Xiǎo liù fēng sì bì	'Petit' Six verrouillages et quatre fermetures
76	单鞭	dān biān	Simple fouet
77	铺地锦	Pū dì jǐn	Le dragon rampant au sol
78	上步七星	shàng bù qī xīng	Avancer et former les sept étoiles
79	退步跨虎	tuì bù kuà hǔ	Reculer et chevaucher le tigre
80	转身双摆莲	zhuǎn shēn shuāng bǎi lián	Tourner et balayer le lotus
81	当头炮	dāng tóu pào	Canon en avant
82	金刚捣碓	jīn gāng dǎo duì	Le gardien des cieux pile le mortier
83	收势	shōu shì	Fermeture